

DER AKTUELLE SELBSTSCHUTZTIPP

Selbstschutz ist der beste Schutz beim:

WANDERN

Die Natur bietet vielfältige Erlebnisse, Erholung und Abenteuer. Nicht beachtete Gefahrenquellen führen jedoch immer wieder zu schweren Unfällen. Jährlich sterben zahlreiche Österreicher in den heimischen Bergen, die Ursache sind oft eine schlechte Ausrüstung und Selbstüberschätzung.



Gut vorbereiten:

- Wanderungen mit Rücksicht auf Kondition, Gelände, Zeitaufwand und Erfahrung der Teilnehmer planen
- Alpingerechte Ausrüstung – entsprechendes Schuhwerk, Wetterschutz, Erste-Hilfe-Box",....
- Unbedingt auf markiertem Wanderweg bleiben und möglichst nicht alleine auf Tour gehen
- Ausreichend Flüssigkeit mitnehmen und rechtzeitig Pausen einplanen. Die Verpflegung sollte leicht verdaulich und reich an wertvollen Nährstoffen sein
- Kein blindes Vertrauen in Geländer, Verankerungen und Absicherungen



Im Notfall - Handy am Berg:

- Das Handy ersetzt nicht die gründliche Vorbereitung für eine Bergtour
- Achten Sie darauf, dass der Akku Ihres Handys voll aufgeladenen ist und tragen Sie Ihr Handy bei Kälte am Körper
- Bei intaktem Akku kann das Handy auch als Notlicht oder für Lichtsignale genutzt werden
- Schlechte Witterungsverhältnisse sowie Täler und Schluchten beeinflussen den Empfang
- Prüfen Sie Ihre Kenntnisse der Notrufnummern
- Notruf 140 (für alpine Notfälle österreichweit): Wird der alpine Notruf ausgelöst, schickt die Einsatzzentrale die geeigneten Rettungskräfte der Bergrettung los
- Euronotruf 112 (in allen EU-Mitgliedsstaaten gebührenfrei anwendbar)

Alpines Notsignal: Sechsmal innerhalb einer Minute ein Zeichen durch Heben eines sichtbaren Gegenstandes, rufen, pfeifen, etc. geben. Danach das Zeichen wiederholen. Die Antwort der Retter erfolgt als Zeichen dreimal innerhalb einer Minute.

Mehr Informationen erhalten Sie unter:

Oberösterreichischer Zivilschutz
Petzoldstraße 41, 4020 Linz
Telefon: 0732 65 24 36
E-Mail: office@zivilschutz-ooe.at
www.zivilschutz-ooe.at

SELBST-SCHUTZ IST DER BESTE SCHUTZ.



SORGEN SIE FÜR NOTFÄLLE VOR.
zivilschutz-ooe.at





VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM